ШКОЛА гастронома

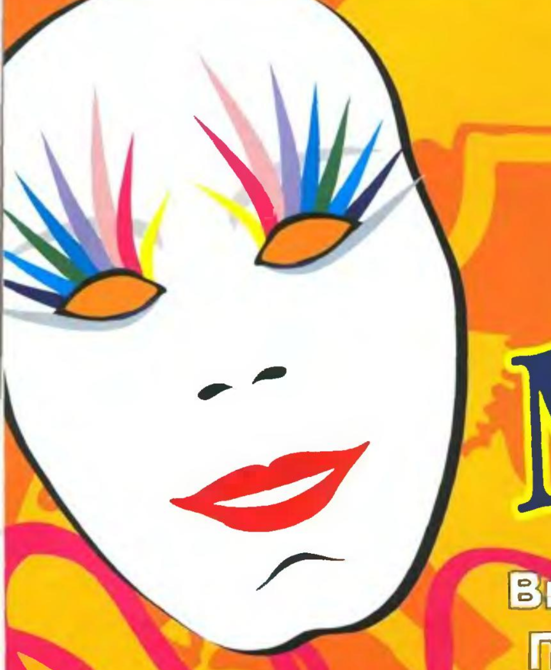
Santa Maria
Придай жизни вкус

журнал для тех, кто любит готовить

ноябрь 2004 / №19 (23)

www.gastromag.ru
ISSN 1728-6948

РУССКИЙ ХИТ



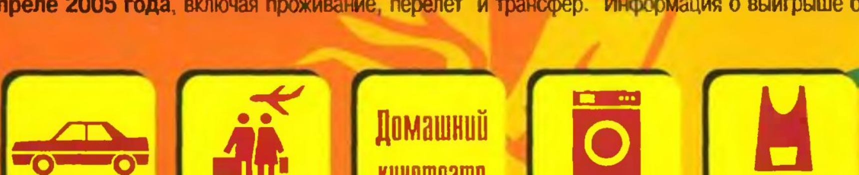
ИЩИ МАСКУ!

Внутри пачки «Русский Хит» ПРИЗ для каждого лежит !

1. Любой желающий может купить 1 килограммовую пачку пельменей **«Русский Хит»**. Найти внутри пачки жетон и стерев защитный слой, сразу же выиграть: **домашний кинотеатр, стиральную машину, фартук с логотипом «Русский Хит»** и главный приз **автомобиль «РЕНО-MEGANE»**. Кроме того, среди собравших 4 невыигрышных жетона, будут разыграны **5 поездок на двоих в Венецию на Карнавал.** Для этого вложите 4 невыигрышных жетона в конверт и, непозднее 25 марта 2005 года, вышлите по адресу: 121552, г. Москва, а/я 14, «Торговый знак «Русский Хит», с пометкой «На Карнавал». Всем приславшим 4 невыигрышных жетона **Компания «Русский Хит»** приготовила **поощрительные призы-сюрпризы.**

2. Для получения призов, Участнику **Акции**, выигравшему приз, необходимо до **30 апреля 2005 года** позвонить по телефону в Москве **(095) 230-61-77**, после чего ему будет предоставлена информация, необходимая для получения приза.

3. Поощрительные призы и **«Поездка на Карнавал»** будут разыграны **30 марта 2005 года.** Срок поездки составляет **3(три) дня в апреле 2005 года**, включая проживание, перелет и трансфер. Информация о выигрыше будет сообщена по телефону.



Подробности на WWW.CTM.COM.RU, сканворды «Русский Хит», пачка пельменей «Русский хит», газета «Комсомольская Правда»

Дорогие друзья!
«Школа гастронома» объявляет конкурс «Друг по подписке». Если до конца декабря вы убедите как можно больше своих друзей и знакомых оформить подписку на наш журнал, вас ждут замечательные призы. Подробнее об условиях конкурса читайте на стр. 31.
А ставший уже популярным конкурс на лучший читательский рецепт близится к концу. Мы по-прежнему ждем ваших писем с рецептами, самые интересные из которых будут опубликованы в одном из номеров журнала. В конце декабря мы назовем победителя конкурса по итогам этого года. Он-то и получит главный приз – набор кухонной посуды от фирмы «Тефаль».
Тема нынешнего этапа конкурса – блюда из картофеля.
В конкурсе примут участие письма, присланные до 15 ноября 2004 года.
Желаем успехов!

Ваша редакция

тема конкурса – картофель

содержание

2 закуски
салат из тыквы
сациви

6 суп
суп из тыквы и копченой рыбы

8 овощи
пампушки из кольраби и картофеля
лук фаршированный куриным филе

11 мясо
мясной хлеб

14 рыба
котлеты из рыбы
зразы из рыбы с зеленым горошком
зразы из рыбы с креветками

18 основы
тыква печеная

19 выпечка
печенье острое
– сырные завитки
– печенье с зеленым луком
– рулетики с беконом

24 десерт
чизкейк с тыквой

26 напитки
глинтвейн
белый глинтвейн «морской котик»

28 консервирование
харисса

Блюда приготовлены в кулинарной студии AEG под эгидой журнала «Гастрономъ».
Компания AEG проводит бесплатные мастер-классы по кулинарии для владельцев техники AEG. Всю информацию по мастер-классам и условиям их посещения вы можете получить по телефону **(095) 775-21-71.**

условные обозначения

- блюда, которые подходят для детей
- вегетарианское питание
- среднее время приготовления блюда
- количество порций в рецепте
- энергетическая ценность 1 порции
- блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
  - ● легкие рецепты
  - ●● рецепты средней сложности
  - ●●● рецепты для опытных кулинаров
- пищевая ценность 1 порции
- * полезный совет

M≈

Время приготовления: **1 час 20 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **378 ккал**
белки – 9,2 г, жиры – 25,9 г, углеводы – 27 г

закуски

салат из тыквы с кальмарами

Спонсор рецепта – компания Tupperware®

Время приготовления: **25 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **185 ккал**

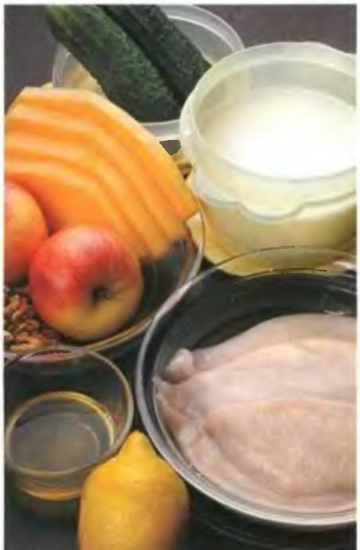
белки – 11,2 г, жиры – 4,9 г, углеводы – 24,0 г

Что нужно:

300 г мякоти тыквы
3 яблока
2 свежих огурца
200 г кальмаров
соль по вкусу

Для соуса:

1 лимон
1 ст. л. меда
1 ст. л. очищенных грецких орехов
125 мл натурального йогурта



Что делать:

1 Тыкву нарезать соломкой. Кальмары вымыть, также нарезать соломкой. Во вставку-дуршлаг «Шеф-повара» Tupperware поместить специальный разделитель, входящий в комплект изделия. Затем отдельно поместить в него кальмары и тыкву, залить кипятком так, чтобы вода покрывала продукты. Накрыть крышкой и оставить на 25–30 мин.

2 Яблоки нарезать соломкой. Слегка сбрызнуть лимонным соком, выжатым в соковыжималке из набора «Поваренок» Tupperware.

3 Огурцы вымыть; очистить, используя нож для чистки овощей Tupperware. Нарезать тонкой соломкой.

* **С помощью специального ножа для чистки овощей можно в считанные минуты без усилий очистить огурцы, яблоки, морковь, дайкон, картофель, а также другие овощи и фрукты.**

4 Нарезанные яблоки и огурцы сложить в блюдо Tupperware. Добавить распаренные кальмары и тыкву, посолить по вкусу. Перемешать.

5 С помощью терки из набора «Поваренок» Tupperware снять с лимона цедру.
Грецкие орехи порубить ножом.

6 Смешать в миксере-квик Tupperware йогурт, мед и оставшийся лимонный сок. Добавить цедру и грецкие орехи. Заправить салат и перемешать.

* **С помощью миксера-квик можно готовить соусы, напитки, супы-пюре, блинное тесто и кляр. Специальная вставка обеспечивает однородное смешивание всех ингредиентов. Крышка миксера снабжена небольшим клапаном, благодаря которому, выливая содержимое, вы не прольете ни капли. Миксер прекрасно подойдет и для хранения приготовленных коктейлей, теста или соуса – они останутся свежими в течение нескольких дней.** ■

КСТАТИ

«Шеф-повар» Tupperware – это настоящий «мастер на все руки». С помощью вставки-дуршлага очень удобно размораживать самые разные продукты. Она прекрасно подходит для приготовления рыбы и овощей на пару – это позволяет сохранить в них все витамины и полезные вещества. В «Шеф-поваре» можно также довести до готовности рис и макаронные изделия.

сациви

Время приготовления: **1 час 30 мин.**
Порций: **12–14**
1 порция: **266,4 ккал**

белки – 17,3 г, жиры – 18,0 г, углеводы – 8,8 г

Что нужно:

- курица весом 1,5 кг
- 3 большие луковицы
- 1 головка чеснока
- 1 стакан очищенных грецких орехов
- половинка острого перца
- 2 яйца
- 1 ст. л. муки
- 1 ст. л. уксуса
- 0,5 ч. л. молотого черного перца
- 5 почек гвоздики
- 1 ч. л. молотой корицы
- соль по вкусу
- 1 большой пучок кинзы
- зерна граната для украшения

Название этому грузинскому блюду дал густой ореховый соус САЦИВИ. Под этим соусом можно готовить не только курицу или индейку, но также говядину, рыбу и даже овощи.

Что делать:

1 Курицу вымыть, положить в кастрюлю, залить 2 л холодной воды, поставить на сильный огонь и довести до кипения. Снять шумовкой пену, посолить. Уменьшить огонь и варить в течение 40 мин., время от времени снимая с поверхности бульона куриный жир и сливая его в сотейник.
Готовую курицу вынуть из кастрюли, переложить на большую тарелку и оставить остывать.

★ **В бульон для сациви не нужно добавлять овощи и пряности.**

2 Лук очистить, измельчить в блендере или пропустить через мясорубку. Разогреть сотейник с куриным жиром, добавить лук. Обжаривать его 5 мин. на среднем огне, затем влить 1 стакан куриного бульона, накрыть сотейник крышкой. Тушить лук на слабом огне 10 мин. Снять с огня.

3 Тем временем очистить чеснок. Острый перец вымыть, разрезать пополам, удалить плодоножку и семена. Орехи, чеснок, острый перец, гвоздику и корицу поместить в блендер, измельчить до пастообразного состояния. Переложить ореховую массу в глубокую сковороду, добавить яйца, муку, уксус, молотый черный перец. Посолить по вкусу, влить 1 стакан куриного бульона и тщательно перемешать.

4 В сковороду с ореховой массой понемногу вливать луковую смесь, постоянно размешивая. Поставить на слабый огонь, довести до кипения и сразу же снять с огня. Накрыть крышкой, сохранять соус горячим.

5 Курицу нарезать на куски длиной 4–5 см, удалить все крупные кости. Уложить куски курицы в миску. Кинзу вымыть и крупно нарезать.

★ **Помимо кинзы в сациви можно добавить петрушку и сельдерей.**

6 Залить курицу горячим соусом. Добавить кинзу. Перемешать, накрыть крышкой или пищевой пленкой, дать настояться.

Подавать обязательно холодным. ■

наш совет

★ **Соус сациви имеет более десятка разновидностей. Однако основные ингредиенты – грецкие орехи, чеснок, специи и крепкий бульон – и технология приготовления всегда одинаковы.**

★ **Мясо должно как следует пропитаться соусом, поэтому сациви следует готовить заранее, чтобы блюдо постояло в холодильнике минимум 3 часа.**

★ **Вместо уксуса в сациви можно добавить 0,5 стакана белого вина. А за 1 час до подачи положить 2–3 ст. л. свежей кинзы.**

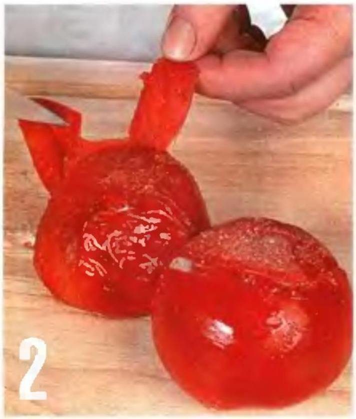
СУП из тыквы и копченой рыбы

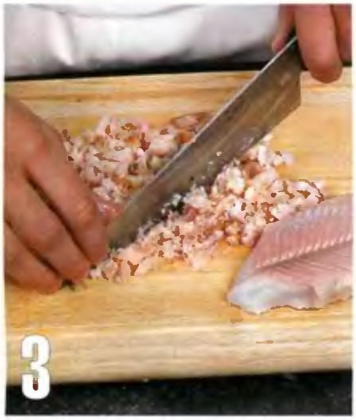
Время приготовления: **40 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **277,6 ккал**

белки – 34,9 г, жиры – 6,0 г, углеводы – 21,0 г

Что нужно:

500 г рыбы горячего копчения
500 г тыквы
3 картофелины среднего размера
1 морковь
1 помидор
1 луковица
200 мл нежирных сливок
1 ч. л. перечной смеси Santa Maria
соль по вкусу





Что делать:

1 В кастрюле вскипятить воду, слегка подсолить. Тыкву, картофель, морковь и лук вымыть, очистить. Нарезать все овощи небольшими кубиками. Положить в кастрюлю с кипящей водой и варить 7 мин. Откинуть на дуршлаг.

2 На помидорах сделать неглубокий крестообразный надрез. Обдать плоды кипятком, снять кожицу. Разрезать помидоры на 4 части, удалить плодоножку и семена. Мякоть нарезать кубиками.

3 С рыбы снять кожу. Разделить рыбу по хребту на две половины, вынуть хребтовую кость. Тщательно удалить все реберные кости. Половину филе очень мелко нарезать, удаляя оставшиеся мелкие косточки. Вторую половину разделить на порционные куски.

* **Для этого супа подойдет практически любая не очень жирная рыба горячего копчения – треска, щука, скумбрия. Мы использовали копченого сига.**

* **Как правило, рыба горячего копчения продается в магазинах уже потрошеной и без головы.**
Но если вы купили цельную рыбу, то у нее обязательно надо удалить голову и внутренности.

4 Сваренную тыкву, картофель, морковь и лук переложить в блендер, добавить нарезанные помидоры. Измельчить до состояния пюре.

* **Чтобы не было комков, овощное пюре после измельчения в блендере можно дополнительно протереть через мелкое сито.**

5 Перелить пюре в кастрюлю. Добавить измельченную рыбу. Влить сливки. Перемешать, довести до кипения, сразу же снять с огня.

6 Посыпать суп перечной смесью, не размешивать. Накрыть крышкой и дать настояться 10 мин. Затем перемешать и разлить по тарелкам, положив в каждую по кусочку рыбы.

Украсить зеленью укропа или орегано.

наш совет

Для этого рецепта идеально подходит перечная смесь торговой марки Santa Maria. В ее состав входит черный и душистый перец, паприка, семена горчицы и кориандра, а также соль. Поэтому, если вы используете перечную смесь, то солить блюдо уже не нужно.

Все специи крупно помолоты – это делает суп не только пряным и ароматным, но и красивым. Перечную смесь можно также использовать для приготовления жареного и тушеного мяса, рыбы, различных соусов.

пампушки из кольраби и картофеля

Время приготовления: **40 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **126,5 ккал**

белки – 5,1 г, жиры – 0,8 г,
углеводы – 25,5 г

Что нужно:

1 кочан кольраби
1 яблоко
2 зубчика чеснока
300 г картофеля
2 ст. л. зелени петрушки и укропа
2 ст. л. сливочного масла
1 яйцо
1 ст. л. муки
соль, перец по вкусу

Что делать:

1 Кольраби и картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками. Положить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить 15 мин. Отбросить на дуршлаг. Переложить в миску, добавить 1 ст. л. сливочного масла. Накрыть миску крышкой и оставить в теплом месте.

2 Пока варятся картофель и кольраби, подготовить остальные ингредиенты для пампушек. Чеснок и яблоко очистить и измельчить в блендере до однородной массы. Зелень вымыть, обсушить и очень мелко нарезать.

* **Количество чеснока можно увеличить до 4 зубчиков. Также в пюре можно добавить щепотку молотого острого перца.**

3 Разогреть в сковороде оставшееся сливочное масло. Добавить яблочно-чесночную смесь и готовить 3 мин., постоянно помешивая. Добавить зелень и готовить еще 2 мин. Снять с огня.

4 Разогреть духовку до 200 °С. Противень накрыть пергаментом, смазать его растительным маслом. Картофель и кольраби размять толкушкой в пюре.

* **Картофель и кольраби можно измельчить в блендере. Но в этом случае пюре может получиться более мягким и при запекании в духовке осесть.**

5 Отделить желток от белка. Добавить в пюре муку, яблочно-чесночную смесь и желток. Посолить, поперчить по вкусу и тщательно перемешать.

* **Если вы готовите пюре с помощью миксера, постарайтесь сделать его очень быстро, потому что слишком сильно взбитое пюре не поднимется в духовке.**

6 Переложить пюре в кулинарный мешок и выдавить из него на противень пирамидки диаметром 5–6 см и высотой 3,5–4 см. Поставить противень в духовку. Выпекать пампушки 7 мин.

Подавать как самостоятельное блюдо, со сметаной, или как гарнир к мясным и рыбным блюдам.

Кстати

КОЛЬРАБИ – это сорт капусты с утолщенным стеблем, именно он и используется в пищу. По вкусу кольраби напоминает кочерыжку белокочанной капусты, но с более нежной и мягкой мякотью.
Из кольраби варят супы, делают оладьи. Нарезанную кусками, ее можно мариновать, квасить и затем использовать как гарнир.

ЛУК фаршированный куриным филе

Время приготовления: **40 мин.**
Порций: **2**
1 порция: **330 ккал**

белки – 25,3 г, жиры – 18,9 г, углеводы – 14,6 г

Что нужно:

2 большие красные луковицы
150 г куриного филе
50 г оливок без косточек
50 г российского сыра
2 зубчика чеснока
1 ч. л. столового уксуса 9%
1 почка гвоздики
растительное масло для обжаривания
соль, перец по вкусу

Что делать:

1 Разогреть духовку до 200 °С. Лук очистить, не срезая корешковой части. Разрезать каждую луковицу пополам и затем на 3–4 части. Сложить в сотейник, влить 0,5 л воды. Добавить уксус, соль, пряности, поставить на огонь, дать закипеть и варить 5 мин. Затем лук вынуть и отложить.

2 Куриное филе отбить, посолить, обжаривать в растительном масле по 4 мин. с каждой стороны. Очень мелко нарезать. Измельчить чеснок, оливки и сыр. Все перемешать.

3 Уложить фарш между луковыми слоями. Выложить лук на противень. Сбрызнуть растительным маслом, поставить в духовку, готовить 4 мин.

наш совет

К этому довольно острому блюду подойдут мягкие сметанные или сливочные соусы. Также его можно подать с неострым майонезом.

хлеб | мясной

Время приготовления: **1 час 20 мин.**
Порций: **10–12**
1 порция: **436,6 ккал**

белки – 24,6 г, жиры – 31,8 г,
углеводы – 13,0 г

Что нужно:

500 г печенки индейки
1 лимон
500 г говядины
200 г ломтиков бекона
200 г шпика
200 г ветчины
2 морковки
100 г стручковой фасоли
4 зубчика чеснока
2 луковицы
2 яйца
1 ст. л. белого сухого вина
250 г белого хлеба
200 мл молока
2 лавровых листа
0,5 ч. л. молотой гвоздики
молотый мускатный орех
на кончике ножа
соль, перец по вкусу

Что делать:

1 Печенку сполоснуть, острым ножом удалить пленки и желчные протоки. Положить печенку в миску с небольшим количеством холодной воды, выжать сок лимона, перемешать и оставить на 1 ч.

★ **Для приготовления мясного хлеба можно также использоаать куриную, говяжью или свиную печенку. Перед тем как замариновать говяжью или свиную печенку, ее следует нарезать на небольшие кусочки.**

2 Чеснок очистить и мелко нашинковать. Лук очистить, нарезать мелкими кубиками. В сотейнике разогреть сливочное масло, добавить лук и тушить под крышкой на небольшом огне, постоянно помешивая, 10 мин. Лук должен стать мягким и прозрачным.

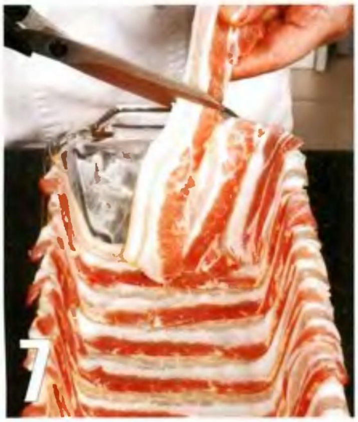
3 С хлеба срезать корку, мякиш нарезать небольшими кусочками и размочить в молоке. Когда хлеб размокнет, отжать его, но не очень сильно.

4 Мясо с печенкой и половиной шпика пропустить через мясорубку, поставив диск с большими отверстиями.

★ **Если у вас нет такого диска, то нарежьте мясо, печенку и шпик полосками 1 см. Сложите их вместе и нарежьте кубиками. Затем двумя одинаковыми ножами рубите до полного измельчения.**

наш совет

★ **Вместо размоченного в молоке хлеба в мясной фарш можно добавить 1 стакан панировочных сухарей. Такой фарш легче вымесить, но он получится менее нежным.**
★ **Если вы купили шпик с корочкой, присыпанной толстым слоем перца, срежьте ее и только потом используйте сало.**



5 Измельченные мясо, печенку и шпик выложить в миску вместе с луком и чесноком. Добавить размоченный хлеб, яйца, вино, гвоздику и мускатный орех. Посолить, поперчить. Вымешивать фарш, пока он не станет однородным.

* **Чтобы фарш хорошо перемешался, во время вымешивания его необходимо несколько раз отжать руками, причем небольшими порциями. А чтобы фарш получился пышным и нежным, его надо отбить ладонями, также небольшими порциями.**

Разделить фарш на 3 равные части.

6 Морковь вымыть, очистить, варить 5–7 мин. в подсоленной кипящей воде, откинуть на дуршлаг и обдать холодной водой. Нарезать морковь, ветчину и оставшийся шпик полосками шириной 0,5 см. У фасоли отрезать кончики. Варить фасоль в подсоленной кипящей воде 2 мин.

7 С тонких ломтиков бекона срезать кожицу, 6–7 ломтиков отложить для оформления верхнего слоя мясного хлеба. Форму смазать растительным маслом; выложить беконом поперечными рядами так, чтобы ломтики слегка заходили один на другой. Выложить беконом два оставшихся открытыми боковых бортика. Обрезать свисающие концы бекона ножницами.

8 Разогреть духовку до 180 °С. Уложить на дно формы треть мясного фарша. На него положить, чередуя, половину полосок моркови, шпика, ветчины и фасоли. Положить вторую треть фарша, затем оставшиеся полоски и рвновь слой фарша.

9 С помощью лопатки разровнять верх мясного хлеба. Закрыть его отложенными ломтиками бекона. Сверху положить лавровый лист. Закрыть крышкой или фольгой, запекать в духовке 40 мин. За 10 мин. до готовности снять крышку, чтобы верх хлеба подрумянился.

Мясной хлеб можно подавать как горячее блюдо с гарниром из жареных или печеных овощей.
Холодный мясной хлеб – прекрасная закуска или начинка для бутербродов. ■

наш совет

Самая простая начинка для мясного хлеба – сваренные вкрутую яйца. Их количество зависит от длины формы, в которой вы будете готовить это блюдо. Рассчитайте, сколько нужно яиц, сварите их, очистите от скорлупы. Уложите в форму половину фарша, затем поместите по центру ряд яиц, немного углубите их и закройте оставшимся фаршем.

котлеты | из рыбы

Время приготовления: **45 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **488,19 ккал**

белки – 54,32 г, жиры – 13,12 г, углеводы – 36,13 г

Что нужно:

500 г филе судака
300 г филе лосося
2 луковицы
3 ст. л. зелени петрушки и укропа
2 яйца
200 г белого хлеба
0,5 л молока
2 ст. л. сливочного масла
соль, перец по вкусу
1 стакан белой панировки
растительное масло для обжаривания

Для соуса:

2 зубчика чеснока
0,5 луковицы
200 мл сливок жирностью 30%
50 мл белого сухого вина
шафран на кончике ножа
соль, перец по вкусу
0,5 ч. л. цедры лимона

Что делать:

1 Филе судака и лосося сполоснуть водой, обсушить бумажными салфетками и по отдельности пропустить через мясорубку или измельчить с помощью блендера.

2 С хлеба срезать корку, разрезать его на куски и замочить в молоке. Когда хлеб размокнет, отжать его. Лук очистить и нарезать небольшими кубиками. Зелень вымыть, обсушить и мелко нашинковать.

3 Разогреть в сковороде 1 ст. л. сливочного масла, добавить половину измельченного лука и обжаривать на сильном огне 3 мин. Снять с огня и переложить в миску. В этой же сковороде разогреть оставшееся масло, добавить остальной лук и зелень. Обжаривать также 3 мин. Снять с огня.

4 Размоченный хлеб разделить на две части. Одну часть выложить в миску с луком без зелени, добавить фарш из лосося, поперчить и посолить по вкусу и тщательно перемешать. В другую миску положить фарш из судака, оставшийся хлеб и лук с зеленью. Посолить, поперчить, тщательно перемешать.

5 Из красного фарша сделать лепешки диаметром 10 см. Выложить в середину каждой лепешки по 1 ст. л. белого фарша, сформовать котлеты. Обвалять их в белой панировке – натертом на мелкой терке белом хлебе.
Разогреть в сковороде растительное масло. Обжаривать котлеты по 4 мин. с каждой стороны, до появления румяной корочки. Затем уменьшить огонь до минимума, накрыть котлеты крышкой и готовить 3 мин.

6 Приготовить сливочный соус. Лук и чеснок очистить, очень мелко нашинковать. Разогреть в сковороде растительное масло, обжаривать лук и чеснок 3 мин. Добавить сухое вино и готовить, пока не выпарится две трети обьема вина. Добавить сливки, соль, перец, шафран. Варить на небольшом огне до загустения. Протереть соус через мелкое сито, чтобы не было комков. В готовый соус добавить цедру лимона. ➤

Кстати

Сочетание красной и белой рыбы встречается во многих блюдах. В одном из номеров нашего журнала («Школа гастронома» №4, 2003 г.) мы предлагали рецепт пирога из белой и красной рыбы. Кроме начинки для пирогов из двух сортов рыбы получаются замечательная уха и красивые вторые блюда. Помимо лосося используются горбуша и форель, а судака можно заменить на треску, налима или язя.

В а р и а н т

зразы из рыбы с зеленым горошком

Время приготовления: **30 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **397,9 ккал**

белки – 46,5 г, жиры – 7,7 г, углеводы – 33,0 г

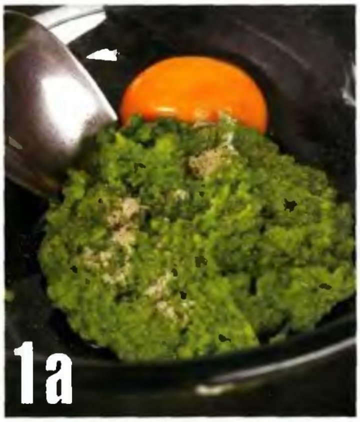
Что нужно:

700 г филе судака
1 яйцо
200 г белого хлеба
1 стакан молока
2 луковицы
400 г консервированного зеленого горошка
2 яичных желтка
1 стакан белой панировки
соль, перец по вкусу
растительное масло для обжаривания

Что делать:

1а Лук мелко нарезать. Хлеб размочить в молоке, отжать. Рыбу, половину лука и хлеб пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, соль, перец, перемешать. Разогреть в сковороде растительное масло. Обжарить в нем лук, 3 мин. Горошек и лук измельчить в блендере до состояния пюре. Добавить желтки, перемешать.

1б Из рыбного фарша слепить лепешки. Положить в середину каждой по 1 ст. л. начинки. Сформовать зразы, обвалять их в белой панировке. Обжаривать зразы в разогретом масле по 4 мин. с каждой стороны. Затем уменьшить огонь, накрыть крышкой и готовить 3 мин.



КСТАТИ

Овощную начинку для рыбных зраз можно сделать из консервированной кукурузы, моркови или тыквы. Технология приготовления такая же.

В а р и а н т

зразы из рыбы с креветками

Время приготовления: **30 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **452,9 ккал**

белки – 64,3 г, жиры – 9,7 г, углеводы – 26,5 г

Что нужно:

700 г филе судака
1 яйцо
200 г белого хлеба
1 стакан молока
1 луковица
400 г свежих креветок
1 стакан белой панировки
растительное масло

Для соуса:

2 зубчика чеснока
0,5 стакана измельченной петрушки
0,5 стакана измельченного зеленого лука
200 мл сливок жирностью 30%
6–7 листиков розмарина
50 мл белого вина

Что делать:

2а Приготовить рыбный фарш так, как описано в предыдущем рецепте. С креветок снять панцирь. Положить на разделочную доску спинкой вверх и с силой нажать пальцами на хребет – креветки распрямятся.

2б Из рыбного фарша сделать лепешки, диаметр которых равняется длине креветок. Положить на каждую лепешку по одной креветке и сформовать зразы. Обжаривать зразы по 5 мин. с каждой стороны. Уменьшить огонь и готовить под крышкой 7 мин.

2в Приготовить соус. Чеснок очистить, вместе с петрушкой и зеленым луком измельчить в блендере. Выложить в сотейник, добавить вино и прогреть, не доводя до кипения. Добавить сливки и варить до загустения, 8 мин. Пропустить соус через сито. Добавить листики розмарина.

ТЫКВА | печеная

Время подготовки: **1 час 40 мин.**
Время приготовления: **30 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **194,7 ккал**

белки – 2,2 г, жиры – 7,4 г, углеводы – 29,8 г

Что нужно:

- **2 ст. л. растительного масла**
- **1 ст. л. тмина**
- **800 г печеной тыквы**
- **75 г изюма**
- **2 ст. л. меда**
- **1 лимон**
- **соль по вкусу**

Что делать:

1 Разогреть духовку до 190 °С. Тыкву вымыть. Длинной спицей сделать в ней несколько проколов. Положить на противень плодоножкой вверх, поместить в духовку и запекать 1,5–2 ч. Дать остыть. Разрезать пополам, очистить от семечек, волокон и кожуры.

2 Из лимона выжать сок, смешать с медом.

3 Изюм замочить в теплой воде. Мякоть тыквы нарезать кубиками. Разогреть в сковороде растительное масло. Обжарить тыкву в течение 2 мин., добавить тмин и готовить еще 2 мин. Изюм отжать, добавить к тыкве вместе с медом и лимонным соком. Посолить. Накрыть крышкой и тушить на слабом огне 5 мин.

КСТАТИ

Время запекания тыквы зависит от ее размера. Тыква весом до 3 кг будет готова через час. Верх тыквы при запекании лучше прикрыть фольгой.

печенье | острое

Печенье бывает сладкое, соленое и острое. И если сладкое сложно представить рядом с кружкой пива или рюмкой водки, то соленое или острое одинакоео хорошо сочетается и с утренним кофе, и с легким аперитивом, и с чашкой крепкого горячего бульона.

Сырное печенье подают к салатам из сырых овощей, супам, жареной баранине и ростбифу. Его можно есть горячим, прямо из духовки, или приготовить заранее и на следующий день взять на пикник.

Добавьте в тесто или начинку для сырного печенья немного пряностей – корицу, гвоздику, кардамон или имбирь, – и оно приобретет новый вкус.

В а р и а н т

Сырные завитки

Время приготовления: 35 мин.
Количество: 12 шт.
1 штука: 325 ккал

белки – 7,4 г, жиры – 22,6 г, углеводы – 23,0 г

Что нужно:

- 250 г готового слоеного теста
- 1 яйцо
- 0,5 стакана тертого сырв
- 2–3 небольших соленых огурца
- 1 ст. л. кетчупа
- растительное масло

Что делать:

1а Разогреть духовку до 220 °С. Противень смазать растительным маслом, положить на него лист пергамента и еще немного сбрызнуть маслом. На присыпанной мукой поверхности раскатать готовое слоеное тесто в прямоугольник размером 35x25 см. Обрезать неровные края.

* **Слоеное тесто раскатывают скалкой до нужной толщины только в одном направлении, чтобы не нарушать его структуру. Получается вытянутый по длине прямоугольник. Если необходимо увеличить его ширину, то лучше осторожно растянуть тесто руками.**

1б Смазать тесто ровным слоем кетчупа (или любым другим томатным соусом по вашему выбору), оставляя несмазанными по 1,5–2 см с каждого края. Слегка взбить яйцо; с помощью кулинарной кисточки смазать им свободные от кетчупа края прямоугольника.

1в Огурцы вымыть и нарезать тонкой соломкой. Если у огурцов толстая кожица, ее лучше удалить.
Разложить огурцы на тесто, смазанное кетчупом.

1а

1б

1в

наш совет

Слоеное тесто универсально в применении. Из него делают маленькие пирожки и большие кулебяки. Оно идеально подходит для крошечных канапе, которые подают к фуршетному столу. Брусочки сыра или колбасы, запеченные в слоеном тесте, – отличная закуска.

Приготовление слоеного теста отнимает много времени, поэтому многие хозяйки предпочитают пользоваться готовым. Раскатывать слоеное тесто лучше всего длинной бутылкой с холодной водой, тогда масло в слоях всегда будет охлажденным.

1г Сыр натереть на крупной терке. Присыпать тесто слоем сыра, разровнять лопаткой.

★ **Печенье может быть более или менее острым в зависимости от ингредиентов начинки. Если вы купили очень острый томатный соус, то его лучше дополнить огурцами в сладковатом маринаде и сыром с мягким сливочным вкусом – например, российским. Если томатный соус имеет скорее сладкий вкус, подберите к нему огурчики, маринованные с острыми специями, или сыр типа чеддера. Также в начинку можно добавить различные сухие пряности или свежие пряные трвы – мяту, тимьян, розмарин.**

1д Аккуратно, начиная с более длинной стороны, свернуть тесто в рулет, стараясь не сильно прижимать его руками. Начинка не должна слипаться.

1е Нарезать рулет на кружки толщиной 1,5–2 см, выложить их на подготовленный противень, поставить в духовку и выпекать 12 мин.

★ **Можно испечь рулет целиком и только потом разрезать его на маленькие кружки – в этом случае будет легче следить, чтобы печенье не пригорело. Но оно не получится таким красивым, а при разрезании рулета может вытечь начинка.**

★ **Печенье можно подавать горячим, как самостоятельную закуску или как дополнение к мясному, куриному или рыбному бульону. В холодном виде сырные завитки – прекрасная закуска к пиву и крепким напиткам.** ➤

в а р и а н т

печенье с зеленым луком

Что нужно:

1,5 стакана муки
2 ч. л. разрыхлителя
щепотка соли
0,25 ч. л. черного молотого перца
5 ст. л. сливочного масла
0,5 стакана сыра чеддер
2 ст. л. зеленого лука
0,75 стакана кефира
растительное масло

Время приготовления: **45 мин.**
Порций: **4–6**
1 порция: **470,3 ккал**

белки – 11,7 г, жиры – 25,4 г,
углеводы – 48,7 г

Что делать:

2а Сильно охладить сливочное масло (можно даже заморозить). Разогреть духовку до 200 °С. Противень смазать растительным маслом. Муку просеять в миску, добавить разрыхлитель, соль, перец. Сливочное масло нарезать небольшими кусочками; перетирать с мукой до тех пор, пока смесь не будет напоминать хлебные крошки.

2б Зеленый лук перебрать, отрезать корешки, вымыть, обсушить и мелко нарезать. Сыр натереть на крупной терке. Добавить лук и сыр в тесто. Влить кефир, тщательно перемешать.

2в Выложить на противень по 1 ст. л. теста на расстоянии 5 см друг от друга. Размять вилкой в круглые лепешки примерно одного размера.
Поставить в духовку и выпекать 15 минут.

В а р и а н т

рулетики с беконом

Время приготовления: **1 час 25 мин.**
Количество: **36 шт.**
1 штука: **106,4 ккал**

белки – 3,9 г, жиры – 7,2 г,
углеводы – 6,5 г

Что нужно:

2,5 стакана муки
0,5 пакетика сухих дрожжей
щепотка соли
0,75 стакана теплой воды
18 кусочков бекона
18 кусочков салями
1 яйцо
2 ст. л. кунжутных семечек

Что делать:

3а Разогреть духовку до 190 °С. Противень смазать растительным маслом, накрыть пергаментом; пергамент также смазать растительным маслом.
Смешать в миске муку, соль и дрожжи. Влить немного воды и тщательно перемешать. Добавить оставшуюся воду и замесить тесто. Вымешивать в течение 5 мин., пока тесто не станет гладким и эластичным. Накрыть миску с тестом пищевой пленкой и оставить на 10 мин.
Разделить тесто на 3 части. Две оставить под пленкой, а одну раскатать на присыпанной мукой поверхности очень тонким слоем. Положить на него круглую форму для выпечки или тарелку диаметром 28 см и вырезать из теста круг.

3б Бекон и салями тонко нарезать. Разделить круг на 12 секторов. Слегка сбрызнуть растительным маслом.

3в На половину из получившихся треугольников положить по кусочку бекона, на оставшиеся – салями. Свернуть треугольники рулетом, начиная с широкой стороны.

3г Выложить рулетики на подготовленный противень, накрыть листом пергамента и оставить на 30 мин. подниматься. Слегка взбить яйцо, смазать им рулетики, присыпать кунжутными семечками, вновь накрыть пергаментом и поставить в духовку на 25 мин. За 10 мин. до окончания выпечки снять пергамент.

Таким же образом приготовить по 12 рулетиков из двух отложенных частей теста. ■

ЧИЗКЕЙК
С ТЫКВОЙ

Время приготовления: **2 часа 25 мин.**
Порций: **12**
1 порция: **403,8 ккал**

белки – 10,8 г, жиры – 22,9 г, углеводы – 38,6 г

Что нужно:

- 2 стакана крошек сдобного печенья
- 0,5 стакана грецких орехов
- 0,5 стакана сахарного песка
- 150 г сливочного масла
- форма для выпечки диаметром 22 см

Для начинки:

- 250 г мякоти печеной тыквы
- 200 г сливочного сыра
- 100 г творога
- 1 ст. л. сливок
- 2 яйца
- 0,5 стакана сахара
- 0,5 ч. л. ванильного сахара
- 1 ч. л. корицы
- 0,25 ч. л. мускатного ореха
- 0,5 ч. л. соли
- 1 ст. л. виски

Рецептов приготовления чизкейка очень много. Вариант, который мы вам предлагаем, довольно прост, но на его основе вы можете приготовить самые разные торты, всего лишь меняя или дополняя ингредиенты начинки.

Что делать:

1 Испечь тыкву (*см. рецепт «Печеная тыква»*). Форму для выпечки (для чизкейка наиболее подходят разьемные формы с антипригарным покрытием) смазать маслом. Грецкие орехи измельчить в блендере.

2 Смешать крошки печенья, орехи, сахар и масло в однородную массу. Уложить в форму, сделав бортики, разровнять смоченными водой руками. Накрыть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 1 ч.

3 Разогреть духовку до 170 °С. Мякоть тыквы нарезать небольшими кубиками и размять в пюре. Добавить яйца, сливки, половину сахара, виски и ванильный сахар. Тщательно перемешать.

4 Оставшийся сахар смешать с корицей, мускатным орехом и солью. Добавить сливочный сыр и творог. Взбить миксером в пышную массу в течение 3 мин.

* **Иногда в начинку добавляют 1–2 ст. л. пшеничной или кукурузной муки. Начинка получается при этом более плотной, но не такой нежной.**

5 Продолжая взбивать, добавить в начинку тыквенное пюре. Взбивать, пока масса не станет однородной.

6 Выложить начинку в форму, разровнять верх. Выпекать 50 мин. Затем выключить духовку, приоткрыть дверцу и оставить чизкейк внутри до полного остывания.
Поставить остывший чизкейк в холодильник минимум на 4 ч.
Осторожно провести лезвием ножа между боковой стороной торта и стенкой формы и снять боковой круг. ■

КСТАТИ

Качество этого десерта во многом зависит от сливочного сыра, который вы кладете в начинку. Он должен быть с мягким сливочным вкусом, без каких-либо добавок. Для чизкейка необходим сыр комнатной температуры: холодный приходится взбивать слишком долго, и это приводит к тому, что начинка становится рыхлой.

глинтвейн

Время приготовления: **15 мин.**
Порций: **4**
1 порция: **203,4 ккал**

белки – 0,57 г, жиры – 0,2 г,
углеводы – 7,4 г

Что нужно:

0,75 л красного сухого вина
смесь пряностей для глинтвейна
1 ч. л. черного чая
0,5 стакана сахара
1 яблоко
1 лимон

ГЛИНТВЕЙН – горячий напиток на основе красного (реже – белого) вина с сахаром, фруктами и различными пряностями. Часто в него добавляют небольшое количество какого-нибудь крепкого напитка, например, коньяка или рома.
Глинтвейн, безусловно, зимний напиток. Поэтому для его приготовления используются «зимние» фрукты – апельсины, лимоны, яблоки. В обязательный набор пряностей для глинтвейна входят корица и гвоздика. Можно добавить немного молотого имбиря и щепотку мускатного ореха.
В нашем рецепте вместо крепких напитков используется крепкий чай.

Что делать:

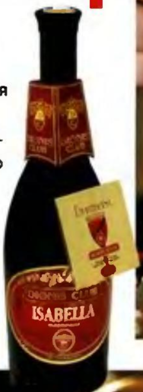
1 Вскипятить воду. Всыпать в стакан чай, залить кипятком, накрыть; дать настояться 5 мин. Когда чай заварится, процедить его через мелкое сито.

2 Яблоко и лимон вымыть. Яблоко разрезать пополам, удалить сердцевину. Тонким острым ножом сделать на кожуре лимона узкие продольные бороздки. Разрезать яблоко на дольки, а лимон – на тонкие кружки.

3 В кастрюлю с толстым дном влить красное вино.

4 Добавить чай, сахар, яблоко, лимон и смесь пряностей для глинтвейна. Поставить на огонь, сильно нагреть, но ни в коем случае не кипятить. Сразу же разлить по кружкам или высоким стаканам.

Компания «Дионис Клуб МСК», специализирующаяся на продаже качественных виноградных вин, предлагает к каждой бутылке своего вина специальный набор пряностей для глинтвейна, что очень облегчает процесс его приготовления. В набор входят корица, гвоздика и тертая цедра апельсина.



Вариант

белый глинтвейн «морской котик»

Что нужно:

1 бутылка белого полусладкого вина
400 мл светлого рома
цедра 1 лимона
1 палочка корицы
200 г светлого изюма

Что делать:

1. Изюм хорошо промыть и залить 1 стаканом рома. Дать настояться 3–4 часа, а лучше дольше.

2. Корицу и цедру залить белым вином и оставшимся ромом. Прогреть до 60–70 °С и влить ром с изюмом.

3. На очень медленном огне довести до кипения (не кипятить!) и разлить по кружкам.

4. В каждую кружку можно бросить ломтик лимона и поставить целую коричную палочку.

харисса

Время приготовления: **35 мин.**
Порций: **20**
1 порция: **32,1 ккал**

белки – 0,6 г, жиры – 2,2 г, углеводы – 2,4 г

Что нужно:

1 кг красных острых перцев
1 головка чеснока
50 г семян кумина
1 ст. л. крупной соли
оливковое масло

ХАРИССА – самая известная североафриканская приправа. Несмотря на ее исключительную жгучесть, в Марокко и Тунисе с хариссой едят все, кроме десертов. Иногда кроме кумина в нее добавляют семена кориандра или другие пряности. Чтобы сделать хариссу более ароматной, пряности можно прогреть на сухой сковороде и растолочь. На африканском побережье Средиземного моря эту приправу делают из вяленого на солнце красного острого перца. Мы запекли перцы в духовке, и, кажется, харисса получилась ничуть не хуже.

Что делать:

1 Разогреть духовку до 180 °С. Противень смазать растительным маслом. Перцы перебрать, удалив все некачественные плоды. Тщательно вымыть, обсушить. Уложить на противень, сбрызнуть 2 ст. л. растительного масла, накрыть фольгой и поставить в духовку на 40 мин.

2 Вынуть перцы из духовки, дать остыть до комнатной температуры. Разрезать каждый плод вдоль пополам, удалить семена и плодоножки.

*** Есть два способа приготовления хариссы – машинный и ручной. Если вы намерены измельчать перцы в блендере, то кроме семян и плодоножек у них необходимо удалить и кожицу. А если будете резать плоды ножом, кожицу можно не снимать. Приготовление хариссы вручную – процесс трудоемкий. Если вы решились на это, при работе с перцем не забудьте надеть кулинарные перчатки.**

3 Измельчить перцы до консистенции неоднородного пюре. Чеснок очистить и очень мелко нарубить. Положить в миску измельченные перцы и чеснок. Добавить кумин и соль, тщательно перемешать.

4 Переложить хариссу в чистую банку. Залить оливковым маслом. ■

*** Настоящая харисса делается только с оливковым нерафинированным маслом холодного отжима – «экстра вирджин», которое можно купить в супермаркетах. Любое другое масло изменит вкус приправы.**

КСТАТИ

Среди многочисленных сортов острого перца самый распространенный – КАЙЕНСКИЙ. Его используют для приготовления мясных, рыбных и овощных блюд, жгучих соусов и приправ. В высушенном виде его либо размалывают в порошок, либо размачивают, поместив на 15–20 минут в горячую, но не кипящую воду.

школа
кулинарного мастерства

приглашаем на мастер-классы

Дорогие друзья!
Школа кулинарного мастерства приглашает вас научиться готовить вкусно и красиво всего за 12 часов!

Не думайте, что это сложно и скучно! Приходите в нашу кухонную студию, и опытные шеф-повара поделятся с вами рецептами модных блюд, которые вы будете готовить и дегустировать в компании единомышленников.
Кулинарный талант есть у каждого, и удивить им мир и самого себя никогда не поздно.

Наша школа – это учеба, общение, игра.
Это удовольствие!

БОЛЬШОЕ ПРАЗДНИЧНОЕ МЕНЮ

Расписание мастер-классов:
13–14, 20–21, 27–28 ноября,
4–5, 11–12, 18–19 декабря

Стоимость 1 мастер-класса: 260 у.е.
Количество участников ограничено.
Курс рассчитан на 12 часов.

г. Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1. Телефон для справок: 725-10-70
Информацию о школе кулинарного мастерства вы можете получить на сайте **www.gastromag.ru**

подписка

Подписаться на журналы «Гастрономъ» и «Школа гастронома» через редакцию очень просто.

1. Заполните квитанцию. Укажите ФИО, адрес, на который будет приходить заказная бандероль с журналами, телефон.

2. Поставьте отметку на выбранном варианте.

- Стоимость 1 номера журнала «Гастрономъ» – 65 руб. Вы можете подписаться на любые номера в течение 2005 г. Отметьте их в квитанции.
  Оформив подписку до 10-го числа текущего месяца, вы будете получать журнал со следующего месяца. Журнал выходит 1 раз в месяц.
- Стоимость 1 номера журнала «Школа гастронома» – 30 руб. Журнал выходит 2 раза в месяц. Стоимость подписки на один месяц – 60 руб. Вы можете подписаться на любые номера в течение 2005 г.
  Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы будете получать журнал со следующего месяца.

4. Если вы подпишетесь на пакет наших изданий «Гастрономъ» + «Школа гастронома» на 2005 г., годовая подписка составит 1350 руб.

5. Для годовых подписчиков 2004 г. годовая подписка на пакет изданий «Гастрономъ» + «Школа гастронома» составляет 1200 руб.

Подписка на пакет изданий открыта до 10 декабря 2004 г.

6. Оплатите квитанцию в любом отделении Сбербанка РФ. Копию оплаченной квитанции отправьте к нам в редакцию по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1, или по факсу: (095) 725-1074.

- В случае неполной информации в квитанции мы будем ориентироваться на уплаченную вами сумму.
- Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение 3 дней с момента выхода журнала.
- В цену подписки не включена комиссия Сбербанка.

Вы также можете оформить подписку на наши журналы и в других странах.

1. Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.

Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. N 40702840538040205252 with Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T. Code: SABRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro): The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N. Acc.890-0057-610

2. Укажите ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ ФИО, адрес, на который будет приходить бандероль с журналами, телефон.

3. Укажите, на какие журналы, какие месяцы и в каком количестве вы оплачиваете подписку.

4. Для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины:

- стоимость 1 номера журнала «Гастрономъ» – $2,80
- стоимость 1 номера журнала «Школа гастронома» – $1,50

5. Для остальных стран:

- стоимость 1 номера журнала «Гастрономъ» – $7,70
- стоимость 1 номера журнала «Школа гастронома» – $3,00

Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты.

Дорогие подписчики!

Читателей «Школы гастронома» с каждым днем становится все больше, и вокруг журнала уже образовался своеобразный клуб ценителей хорошей кухни. Наш новый конкурс дает возможность расширить круг единомышленников. Расскажите вашим друзьям о «Школе гастронома». Если вы будете достаточно убедительны и хотя бы один из них оформит подписку на 6 и более месяцев 2005 года, вас ждет подарок – фирменный фартук. А пятерым участникам акции, которые убедят подписаться на наш журнал наибольшее число приятелей, будут вручены особые призы – сумка-холодильник с комплектом посуды для пикника и фирменный фартук.

Внимание!

В конкурсе принимают участие только подписчики «Школы гастронома», а ваш приятель должен не забыть указать ваши ФИО в своем подписном купоне (строка «Друг по подписке»). Оформивших подписку через почтовые отделения просим обязательно прислать копии подписной квитанции.

Извещение

ЗАО «Издательский Дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)

7743038046 № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)

в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)

БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч банка получателя платежа)

подписка на журнал
- ☐ ГАСТРОНОМЪ
- ☐ ШКОЛА гастронома
- ☐ ГАСТРОНОМЪ + ШКОЛА гастронома

на 200_ год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

(наименование платежа)

Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

Квитанция

ЗАО «Издательский Дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)

7743038046 № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)

в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)

БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч банка получателя платежа)

подписка на журнал
- ☐ ГАСТРОНОМЪ
- ☐ ШКОЛА гастронома
- ☐ ГАСТРОНОМЪ + ШКОЛА гастронома

на 200_ год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

(наименование платежа)

Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

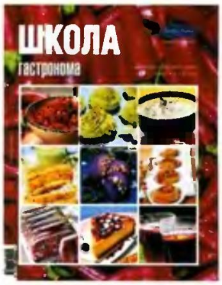
анонс

закуски	салат из апельсинов
супы	фасолевый суп корейский суп «Юкидян»
классика	почки в сметане
птица	утка с красной капустой
рыба	домашние шпроты
овощи	капустный пирог
основы	пшенная каша
выпечка	кексы

■ **следующий номер выйдет 15 ноября**

Уважаемые читатели!
В №17(22) в рецепте «Салат из груш» была допущена техническая ошибка.
Публикуем фото правильного варианта второго шага рецепта.

Приносим свои извинения.



№19 (23), ноябрь 2004

ШКОЛА гастронома

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «Вкусная жизнь»

125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Редакция:

главный редактор Андрей Захарин
директор Наталья Черкышева
главный художник Ирина Лещенко
ответственный секретарь Александр Стариков
бильдредактор-стилист Екатерина Овсепян
дизайнер-верстальщик Ольга Пахтусова
фотограф Дмитрий Курбатов
редакторы Александр Ильин, Ирина Мосолова
повар-консультант Константин Жук
корректор Татьяна Олефиренко

над номером работали Олег Купагин, Валентина Билунова

исполнительный директор Ольга Ткалич

директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина

Отдел рекламы: Николай Акимов, Лилия Глущенко, Елена Матвеева, Жанна Русакова, тел.: 725-1071

Отдел маркетинга: Евгений Матяш, Юлия Леганкова, тел.: 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Соколов, Евгения Покатаева, Елена Царева, тел.: 725-1070

Подписка: Юлия Кононова, тел.: 792-5562

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс» тел.: 795-0295

Предпечатная подготовка: Вера Давыдкина, Екатерина Панюшкина, Марианна Геннинг

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 179 000
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко

Фото на обложке: Дмитрий Курбатов

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07.2003 г.

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. При перепечатке материалов и использовании их в любой форме, в том числе и в электронных СМИ, ссылка на журнал «Школа гастронома» обязательна.

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

«   »   200 г.
(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Друг по подписке

Контактный телефон

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

«   »   200 г.
(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Друг по подписке

Контактный телефон

Tupperware®
удобно и практично
За дополнительной информацией обращайтесь по телефону
8•800•200•6000
(звонки по всей территории России – бесплатно).
Товар сертифицирован

ЖАРКА БЕЗ ЗАПАХА: ГОТОВЬТЕ С УДОВОЛЬСТВИЕМ

НОВАЯ ФРИТЮРНИЦА PHILIPS ESSENCE ГОТОВИТ БЕЗ ЗАПАХА

ВСЕГДА СВЕЖАЯ ЕДА ДЛЯ ВАШЕЙ СЕМЬИ

Идеально приготовленные домашние блюда во фритюре.

Без усилий, без сложностей, без запаха на кухне. Звучит неправдоподобно? Вовсе нет! Представляем новую фритюрницу Philips Essence HD 6180, которая мгновенно приготовит для Вас любимые блюда и сохранит Вашу кухню чистой и свежей, без запаха жарки.

Фритюрница Philips Essence HD 6180 для картофеля фри, который Вы так любите!

Каким образом? Фритюрница Essence **оборудована умной системой очистки воздуха Active Air Control, которая задерживает частицы жира и на 100% устраняет запахи**, сохраняя воздух на кухне свежим. Образующийся внутри фритюрницы пар превращается в жидкость благодаря встроенному **конденсирующему фильтру** и собирается в специальном съемном резервуаре, который можно мыть в посудомоечной машине. И никаких запахов на Вашей кухне!

Чтобы процесс был еще проще и приятнее, фритюрница Essence снабжена электронным интерфейсом, управляющим процессом жарки. А **электронный таймер** и **регулятор температуры** обеспечивают оптимальный режим приготовления для различных продуктов, чтобы сделать их идеально прожаренными и хрустящими, гарантируя вкусные семейные обеды! Полностью прозрачная стеклянная крышка позволит Вам наблюдать за процессом приготовления.

Даже если поблизости дети, Вы можете быть спокойны: фритюрница Essence **абсолютно безопасна и максимально проста в использовании!** Термоизолированные стенки и ручка исключают риск обжечься. Поднимающаяся и опускающаяся корзина с фиксированным положением для стекания масла позволит легко достать приготовленное блюдо. **Съемную внутреннюю чашу с антипригарным покрытием**, а также все составные части фритюрницы (стеклянную крышку, контейнер для конденсированной воды, корзину) можно мыть в посудомоечной машине. **Функция Pre-Clean упрощает процесс очистки:** моющий раствор, залитый в чашу фритюрницы, подогревается до 80°C, позволяя быстрее удалить жир.

Насколько качественны продукты после жарки во фритюрнице? Поскольку жарка занимает очень мало времени, ингредиенты готовятся быстрее, сохраняя витамины. Продукты остаются хрустящими, потому что жир не успевает проникнуть в них! **Кнопка Refresh** поможет определить момент, когда необходимо сменить масло. Фритюрница Essence – это жарка без запаха, удобство, удовольствие и прекрасный вкус. Идеальное решение на каждый день!

Стеклянная крышка позволяет контролировать процесс приготовления.

Задерживает частицы жира и на 100% устраняет запах.

www.philips.ru

Товар сертифицирован